

Fiche d'activité

La pâte à tartiner (presque) 0 déchet 100 % plaisir

Catégorie -> Réduire

Les activités de l'association Zéro Déchet Touraine suivent la démarche des 3R. Cette démarche consiste à Réduire les déchets (I), Réutiliser les déchets (II) et Recycler (III). La priorité doit être donnée à la réduction des déchets afin de limiter le gaspillage de matière, d'énergie et d'eau nécessaire à la fabrication de tout bien/objet. La réutilisation puis le recyclage allonge la durée de vie des déchets, diminuent leurs impacts mais n'est pas sans conséquence.

« Le meilleur déchet c'est celui qui n'existe pas »

Description de l'activité

Pour cette séance, les élèves vont créer leur propre pâte à tartiner afin de réduire la quantité de déchets mais aussi afin de connaître et maîtriser les ingrédients du produit qu'on mange afin d'éviter les éventuels excès de sucre ou gras d'une pâte conventionnelle.

Déroulement

Préparez les ingrédients en amont ainsi que les feux, casseroles et ustensiles que vous jugerez utiles pour faire la pâte.

Les ingrédients :

- Pour 100g de chocolat en petit morceaux (60-70% de cacao), 100g de poudre de noisettes (achetée en vrac ou mixer au préalable).
- Un sirop qui servira de liant, le sirop d'agave ici. Une cuillère à soupe.
- Un peu de lait (végétal ou non). Le lait végétal de noisette est très facile à faire soi-même.

Mettez les deux premiers ensemble, faites chauffer à feu doux et incorporez le sirop.

Délayer avec du lait, plus ou moins selon la texture souhaitée. Plus vous en mettez, plus ça sera liquide.

Mettez les élèves par groupe le jour du goûter et dénombrer les déchets de chaque groupe.

Dégustez ensemble sur un peu de pain !

Consignes de sécurité

Demander au préalable si des enfants sont allergiques aux fruits à coque, au lactose. Faites attention aux feux des plaques ou autres.

Lieux

Classe ou salle.



Durée

20-30 min

Public cible

Cycle I,II, III

Objectifs

De savoir :

Prendre conscience que son mode de consommation agit sur la production de déchets.

De savoir-être :

Devenir un consommateur responsable/averti.

De savoir-faire :

Connaître les alternatives zéro déchet aux pâtes à tartiner industrielles.

Matériel

Plaques chauffantes – cuillères – casseroles pour les ustensiles.

Chocolat en petits morceaux – sirop d’agave – lait (végétal ou non) – poudre de noisette.

Prolongements

Faire une barre de céréales maison avec les enfants !

Aller faire des courses dans une épicerie vrac ou ailleurs et faire l’équivalent en grande ou moyenne surface emballé à budget égal pour cette recette. Confiez l’argent aux enfants s’ils savent compter.

Aller plus loin

S’inscrire dans un cycle d’activités liée à l’éducation au développement durable conformément à l’article L312-19 du code de l’environnement.

L’association Zéro Déchet Touraine promeut la réduction des déchets à la source pour l’ensemble des tourangeaux (particuliers, entreprises, administrations, associations...). Ainsi, nous assurons des animations afin de sensibiliser les scolaires de tous âges de l’école maternelle à l’université à la démarche des 3R. Ceci, afin d’engager chacun vers une société zéro déchet, zéro gaspillage.